

De zondag in het gezin

Wat doe je op zondag in je gezin wel en wat doe je niet?

**Om daar antwoord op te vinden,
is het nodig om terug te gaan naar Gods Woord
en te luisteren naar de bedoeling van de zondag.**

**De bedoeling van de dag begrijpen,
helpt om de juiste invulling ervan te vinden**

(houd daarom als gezin een aantal Bijbelstudies of Gezinsmomenten
rondom de bedoeling van de zondag.

Voor concrete handvatten: zie: www.bijbelsopvoeden.nl)

De sabbat als teken van het verbond

Exodus 31 wijst erop dat de sabbat een teken is van het verbond dat op de Sinai gesloten is: 'Gij zult evenwel mijn sabbatten onderhouden; want dit is een teken tussen Mij en tussen ulieden, bij uw geslachten; opdat men wete, dat Ik de HEERE ben, Die u heilig. Onderhoudt dan de sabbat, dewijl hij ulieden heilig is'. Zoals de regenboog een teken is van het verbond met Noach, zo is de sabbat een teken van Gods verbond met Zijn volk. Een teken is een herinnering. Het teken van de zondag is bedoeld om voortdurend te beseffen: Ik ben de HEERE uw God, Die u heiligt. Heiligen heeft in de Bijbel de betekenis van afzonderen, apart zetten voor de eer en dienst van God. De HEERE vraagt de zondag apart te zetten voor Hem, omdat Hij de Israëlieten (later: de kerk uit Joden en heidenen) apart gezet heeft. De zondag is een dag voor de HEERE, een dag om bezig te zijn met de dingen van Zijn Koninkrijk. Daar wijzen de woorden gedenken en heiligen op: wijd deze dag aan Mij toe, zet deze dag voor Mij apart, wees deze dag bezig met het dienen en eren van Mij. Wie de zondag apart zet voor God, laat daarmee zien Hem te willen dienen, eren en gehoorzamen. Het denken van God aan Zijn volk door met hen het verbond op te richten, moet beantwoord worden met gedenken, met eraan te denken dat Hij de God van het verbond is en wat Hij vandaaruit heeft gedaan. Wanneer de sabbat bij de Israëlieten niet onderhouden werd, was dat een uiting dat God en Zijn verbond vergeten waren (Jeremia 17, Amos 8, Nehemia 13). Het vasthouden aan Gods verbond staat in nauwe relatie tot het onderhouden van de sabbat (Jesaja 56:4). Wie de sabbat niet onderhoudt, verbreekt het verbond met God. Wie de Heere vergeet, heiligt ook de sabbat niet.

Invulling van de zondag

Vorbereiden op de kerkdienst

- Ontbijt op zondagmorgen als gezin met elkaar. Laat vader als de priester van het gezin de kerkdienst in het gebed opdragen en bidden voor de predikant/ ouderling die leest en de gemeente. Lees of zing met elkaar een psalm voor de zondag, zoals Psalm 92:1, Psalm 122:1, Tien Geboden:5 en Gebed des Heeren:3. Er zijn nog veel meer mogelijkheden (Psalm 26, 65, 68, 84, 132 en dergelijke). Laat de kinderen eventueel 's zaterdags om de beurt een psalm voor de zondagmorgen opzoeken.

- Richt de aandacht van de gezinsleden op de prediking. Misschien is de dominee met een vervolgstof bezig, misschien is het een bepaalde tijd van het jaar. Als de preekgegevens (via mail of website) bekend zijn: lees het Bijbelgedeelte dat behandeld wordt. Praat met elkaar over deze stof. Bedenk er punten bij. De kinderen zullen straks in de kerk met gespitste oren luisteren wat daar de punten zijn en of er overeenkomst is.
- Richt de aandacht van de gezinsleden op de gemeente. Misschien is er in de achterliggende tijd iets gehoord over blijde of verdrietige gebeurtenissen bij gemeenteleden. Bedenk voor wie er vanmorgen gebeden zou kunnen worden.

Verwerken van de kerkdienst

- Praat met elkaar over de preek na. Als de predikant handvatten voor gesprek geeft, gebruik die dan ook.
- Laat oudere kinderen iets lezen wat erbij past, bijvoorbeeld uit een Bijbelverklaring. Vinden ze het moeilijk om dit zelfstandig te doen, doe dit dan samen met hen.
- Laat jongere kinderen een verwerking maken van de preek, bijvoorbeeld een kleurplaat inkleuren, een tekening maken, de Bijbeltekst in mooie letters overschrijven en dergelijke.

Rianne:

Al vanaf het moment dat onze kinderen nog maar heel klein waren, heb ik alle Bijbelse kleurplaten die ik maar tegenkwam en die ik bruikbaar vond, verzameld en in een map gestopt. Ze liggen op volgorde van de Bijbelboeken, dus het is gemakkelijk zoeken of er iets is wat aansluit bij de preek of de Bijbelverhalen van school. In ons gezin hebben we al heel wat plezier gehad van deze map.

Catechismuspreek voorbereiden

In de tweede kerkdienst wordt meestal naar aanleiding van de Heidelbergse Catechismus gepreekt. Bereid deze preek met de kinderen voor.

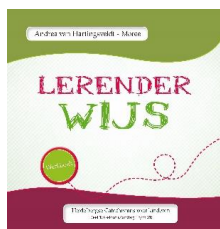
Hulpmiddelen:

Voor kinderen in de basisschoolleeftijd:

- H. van Dam *Leid mij in Uw waarheid* (uitg. Den Hertog).



- A.M.P.C. van Hartingsveldt-Moree *Lerenderwijs* (uitg. De Banier). Er is ook een werkboek waarmee kinderen bij elke Zondag van de Heidelbergse Catechismus zelf opdrachten kunnen maken om de inhoud van de Zondag te verwerken en zich eigen te maken. Deel 1 behandelt de Zondagen 1-31 en deel 2 de Zondagen 32-52.



- Voor jongeren:
- H. van Dam *In het rechte spoor* (uitg. Den Hertog).



En natuurlijk kunnen ouders ook zelf zonder hulpmiddelen de te behandelen vragen en antwoorden uit de catechismuszondag doornemen.

‘Onze kinderen (twee op de basisschool en twee op het voortgezet onderwijs) zijn niet zulke lezers. Wij hebben op zondag in de kerk een morgendienst en een avonddienst. Daardoor blijft er een lange middag over. Hebt u tips wat we op zondagmiddag met onze kinderen kunnen doen?’

Verschillende mogelijkheden

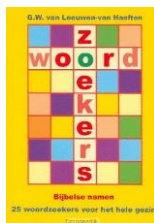
Er zijn verschillende mogelijkheden om kinderen die minder van lezen houden toch rond Gods Woord bezig te laten zijn op zondag. Afhankelijk van hun leeftijd en interesses kunnen ouders de volgende dingen met hun kinderen doen:

- een Bijbelse kleurplaat of een Bijbelse puzzel maken (1)
- bezig zijn met een lesbrief of een Bijbels werkboekje (2)
- met elkaar de Catechismuspraak voorbereiden
- een moment van huisgodsdienst (3)
- samen zingen of muziek maken
- met elkaar een (Bijbels) spel doen (4)
- een verhaal uit de (kerk)geschiedenis of een levensbeschrijving voorlezen (5)
- laat kinderen een tekening, kaart of iets anders maken voor zieke gemeenteleden, gemeenteleden die een jubileum gedenken of gezinnen waar een baby geboren is. Dit betreft hen bij het gemeentelven.

Let op: niet het vele is goed, maar het goede is veel!

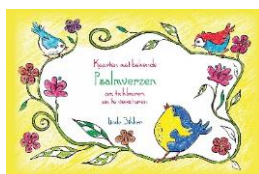
1. Bijbelse kleurplaten en puzzels

- Er zijn diverse puzzelboekjes met Bijbelse woordzoekers. Denk aan de verschillende boekjes van G.W. van Leeuwen-van Haften. Ook op internet zijn veel Bijbelse woordzoekers te vinden, vaak gerangschikt op thema of Bijbelse geschiedenis. Op deze manier is het mogelijk om aansluiting te zoeken bij de preek van 's morgens, of de Bijbelverhalen op school.



Veel christelijke tijdschriften (GezinsGids, Terdege, Daniël, Standvastig en dergelijke) kennen een puzzelrubriek voor kinderen en/of jongeren. Het is heel leerzaam om deze te maken. Het vraagt best wat onderzoek van Gods Woord. Op deze manier vergroten kinderen hun Bijbelkennis en vaak krijgen ze als beloning na een aantal puzzels een boek of boekenbon, wat ook heel waardevol is.

- Er zijn ook kleurboekjes met Bijbelteksten of Psalmverzen, bijvoorbeeld de kleurboekjes van Linda Bikker. Kinderen kunnen ook zelf de tekst van de preek of een andere tekst heel mooi opschrijven en versieren. Zo gaat de tekst van de preek mee de week in.



- Er zijn ook tal van verantwoorde Bijbelse kleurplaten in boekwinkels te koop of vanaf internet te downloaden.



Bible Journaling en handletteren

Tieners (vooral meiden) vinden het heerlijk om te handletteren.

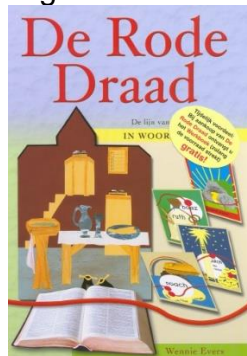
Stimuleer hen om de tekst van de preek op deze wijze te verwerken.

2. Lesbrieven en Bijbelse werkboekjes

- Vraag eens een lesbrieven aan bij de Gereformeerde Bijbelstichting (GBS), de Vereniging Zondagsrust, het ds. G. H. Kerstenonderwijscentrum (Schildserie) en dergelijke. Zij hebben leerzame lesbrieven voor kinderen samengesteld rond bijvoorbeeld de Statenvertaling, het vierde gebod, een actueel onderwerp of een persoon uit de kerkgeschiedenis. Ook de Bijbellesboekjes van Dittke den Haan (GBS) zijn heel geschikt voor jonge doeners, omdat zij diverse kleurplaten, puzzels en ander verwerkingsmateriaal bij een Bijbels onderwerp geven.



- In het werkboek 'De Rode draad' (uitg. Koster) leren kinderen al lezend, kleurend in invullend de rode draad van de heilsgeschiedenis door Gods Woord zien.



3. Huisgodsdienst

De zondag is bij uitstek geschikt om aan huiscatechisatie te doen. Daarbij worden kinderen door hun ouders onderwezen in de Bijbelse leer. Als hulpmiddel wordt vaak een boekje met eenvoudige vragen en antwoorden gebruikt. Bijvoorbeeld *Opdat onze kinderen het weten* van ds. M. Golverdingen, *Huiscatechisatie* van ds. C.J. Meeuse, *Enige korte vragen* van Jacobus Borstius of *Dagelijkse huiscatechisatie* van Franciscus Ridderus.

Peter: Nu onze kinderen wat ouder zijn en voor catechisatie vragen moeten leren, zijn ze niet meer zo gemotiveerd om dat voor thuis ook nog te doen. Daarom heb ik gezocht naar een andere vorm van huiscatechisatie. Ik noem nu een bepaald thema en onze kinderen krijgen een half uur de tijd om op te zoeken wat de Bijbel over dat thema zegt. Daarbij mogen ze alle boeken en Bijbelverklaringen gebruiken die in de kast staan. Na dat half uur noemt iedereen wat hij of zij gevonden heeft en leggen we dat bij elkaar. Op die manier leren we elke zondagmiddag meer over diverse Bijbelse en ethische onderwerpen.

Johan: Wij hebben een gezin met allemaal jongens. Als de Heere het geeft, zullen zij straks een eigen gezin hebben waarin zij priester mogen zijn. Ik merk dat veel ouders in de opvoeding hun kinderen daar eigenlijk helemaal niet op voorbereiden. Terwijl dat volgens mij heel belangrijk is. Daarom bereiden onze kinderen om de beurt de sluiting van avondmaaltijd op zondag voor. Ze zoeken een gedeelte om te lezen, zeggen daar iets over en eindigen hardop met gebed. Op deze wijze hoop ik dat ze vrijmoedigheid krijgen om straks in hun gezin ook hardop voor te gaan en de leiding te nemen bij een Bijbelgedeelte.

4. Bijbelse spellen

Het is heel samenbindend om op zondagmiddag als gezin een Bijbels spel te doen. Een Bijbelse memory, een Bijbels kwartet, Kwistet (of de Engelse variant Quiz-it), Door het land van de Bijbel, en dergelijke. Je kunt ook zelf eenvoudig een spel beginnen. Bijvoorbeeld: iedereen krijgt een pen en papier en vijf minuten de tijd om zoveel mogelijk namen uit de Bijbel die beginnen met een A op te schrijven. Bedenk een puntensysteem en het spel is compleet.



5. Voorlezen

Lees voor alle gezinsleden verhalen voor uit de (kleine) kerkgeschiedenis (bijvoorbeeld de series *Vertellingen bij de kerkgeschiedenis* van A. Vogelaar-van Amersfoort, *Op weg naar het vaderhuis*, *Menoraserie* of *Fonteinserie* van C. van Rijswijk, *Ik zal Mijn gemeente bouwen* van W.A. Janse-van der Meide). Ook verhalen over de daden van de Heere in het leven van Zijn kinderen zijn heel geschikt om op zondag voor te lezen, bijvoorbeeld verhalen uit *Wanneer uw pad loopt door de zee* of *Hem mijn helper heten* van C. van Rijswijk en *Wonderlijke wegen* van W. van Oostrum. Verder zijn er diverse levensbeschrijvingen voor kinderen en tieners weergegeven, zoals *John de schrijvende pelgrim* van M.H. Karels-Meeuse of *Een dominee in de gevangenis* van J. Kranendonk-Gijssen. Maar ook is te denken aan de *Christenreis* van Bunyan of de *Belijdenissen* van Augustinus. Auteur Evert Barten heeft diverse klassieke werken in eenvoudig Nederlands hertaald die zich goed laten voorlezen aan jongeren .